

Hoi ,

Voel jij ook, hoe de energie naar binnen keert? Hoe de kortere dagen je dagelijkse bezigheden beïnvloeden. Misschien ga je wel met donker de deur uit naar je werk, om in het donker weer thuis te komen.
Hoe ervaar jij het donker, kan je je aan het ritme overgeven?

In deze nieuwsbrief neem ik je mee in de dynamiek van de seizoenen, en wil ik je de schoonheid laten zien van deze tijd, van het donker. Onderaan deze nieuwsbrief tref je een virtueel kerstkadootje aan in de vorm van een meditatie die ik speciaal voor deze gelegenheid heb opgenomen. En daarnaast krijg je het recept een van mijn favoriete drankjes om je te verwarmen in deze koude periode en mocht je het nog niet ontvangen hebben, dan tref je ook het inmiddels alom geliefde recept van de Krachtbouillon aan.

Ik wens je veel plezier toe en een mooie decembermaand!